Dowództwo 23. Dywizji piechoty

Pieczątka D-twa Oddziału przy którym jest zorganizowany kurs.

L. dz. 13. Hermanice, dnia 12.VIII 1928 r.

KURS INSTRUKTORSKI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO.

ŚWIADECTWO

Nazwisko i imię Grześ Ignacy urodz. dnia 17 kwietnia roku 1903 w m. Przcinica pow. Śmigiel zamieszkały w m. Solec Kujawski na terenie P. K. U. Bydgoszcz odbył 5 tygodniowy kurs instruktorski dla instruktorów W. F. w czasie od dnia 9.VII.1928 do dnia 12.VIII.1928 zorganizowany na podstawie rozkazu M. S. Wojsk. L. ~~44.442~~ 2009 z dnia 22.V.1928 P. W. W. F. i uzyskał następujące postępy w nauce:

Umiejętność instruktorska											Wyszkolenie osobiste										
Gimnastyka	Lekka atletyka	Gry i zab. ruchowe	Szermierka	Boks	Pływanie	Ratownictwo	Wioślarka	Narciarstwo			Gimnastyka	Lekka atletyka	Gry i zab. ruchowe	Szermierka	Boks	Pływanie	Ratownictwo	Wioślarka	Narciarstwo		
3	4	4	—	-	4	4	-	-	-	-	4	4	4	-	-	4	4	4	-	-	-

Sprawność fizyczna dostateczny

Pilność b. dobra

Sprawowanie się b. dobre

Ogólna ocena instruktor

Przewodniczący komisji egzaminacyjnej: (Pieczęć okrągła) Kierownik ośrodka wychow. fiz.:

Dowództwo 23. Dywizji piech...

Badanie lekarskie:

Choroby dotychczasowe ....

Używanie alkoholu ....

„ tytoniu ....

Ułomności — wady fizyczne:

Wzrok { oko prawe ....
„ lewe ....

Słuch ....

Wyciąg z karty sprawności fizycznej:

Data badania	Waga (nago)	Wzrost bez ubrania	OBWÓD KLATKI PIERSIOWEJ				Budowa dobra, średnia, zła	Stan narządów wewnętrznych: serce, płuca i inne	~~Uwagi i zastrzeżenia~~ Spirometr
			przy najgłębszym wdechu	przy zupełnym wydechu	Różnica	Obwód w pasie			
10. VII. 1928	54	159	87	82	5	75			2·8
10. VIII. 1928.									

Wyniki próby sprawności fizycznej:

Skok w zwyż z rozbiegu	Skok w dal z rozbiegu	Bieg 100 m.	Bieg 800 m.	Rzut granatem	Wspinania
107	3·70	16·2		29/23	19·4

SKALA NOT:

1 — źle
2 — niedostatecznie
3 — dostatecznie
4 — dobrze
5 — b. dobrze

Ocena ogólna: instruktor
pomocnik instruktora
brak kwalifikacji na instruktora

L. 960. — n. 1.000.